

HÅB ER IKKE USKYLDIGT – EN INTRODUKTION

Nicklas Runge¹ & Jonas Højgaard Frydenlund²

I dette nummer af Psyke & Logos behandler vi håb som et konfliktfyldt fænomen i en tid præget af kriser og usikker fremtid. I indledningen introducerer vi tanker fra Snyder, Marcel, Bloch og Žižek for at pege på vigtige spændinger i forståelsen af håb, som kan stå som baggrund for resten af nummerets indhold. Den første spænding er, om håb skal forstås som forbundet med optimisme og handlekraft eller fortvivelse og afmagt. Den anden spænding er, om håbet åbner for kritik eller selv bør være genstand for kritik. Vi afslutter med argumentet om, at håb ikke er uskyldigt, men at dets betydning endnu er uvis, fordi fremtiden også er det. Herefter introducerer vi nummerets indhold.

Nøgleord: håb, kritik, optimisme, fortvivelse, fremtid.

Keywords: hope, critique, optimism, despair, future.

1. Indledning

Håb er blevet et *hot topic* i en overophedet verden. Det har snoet sig gennem andre tidsskrifters temanumre (se fx Gallagher, 2023; Taylor et al., 2024), figureret på konferencer, der har søgt nye perspektiver på håb, mod og handlekraft m.m. i mørke tider (se fx ISTP³; NERA⁴; SPCC⁵), og diskuteres i aktuel dansk forskning (Graven & Brødslev Olsen, 2018; Niss et al., 2021; Sköld, 2022; Winter-Lindqvist, 2017; Sköld & Lundsgaard-Leth, 2025) – ofte med en henvisning til behovet for og vigtigheden af håb i en formørket

-
- 1 Nicklas Runge, ph.d.-studerende, Psykologisk Institut, Aarhus Universitet, e-mail: nrunge@psy.au.dk.
 - 2 Jonas Frydenlund, førsteamanuensis, Institutt for psykososial helse, Universitet i Agder, e-mail: Jonas.h.frydenlund@uia.no.
 - 3 International Society of Theoretical Psychology, Brooklyn Conference 2026: Theorizing in Dark Times – Art, Narrative, Politics.
 - 4 The Nordic Educational Research Association, VIA University College 2026: Courage and Agency in Education for the Present.
 - 5 Social Pathologies of Contemporary Civilization, Cork University College 2025: From Diagnosis Towards Metanoia.

og konfliktramt verden. Således har håbet fulgt os dér, hvor konflikterne og katastroferne er indtruffet. Som en form for allestedsnærværende bekræftelse af, at *ja, vi kan!* Vi kan finde vej ud af det morads, vi har indfundet os i.

Denne vej defineres ofte som noget positivt og affirmativt, og i psykologien står særligt Snyders (2000, 2002) arbejde inden for positiv psykologi som den toneangivende behandling af håb. Her får håbet karakter af evnen til at formulere mål eller ønsker for fremtiden og at kunne finde farbare veje til realiseringen af dette. Håb har dog sjældent været så ligetil og klart afgrænset, som dele af psykologien til tider gør det til. Forfatterne i dette nummer starter da også andre steder end det hovedsageligt kognitive og optimistiske. De starter gerne med "fortvivlelsen", hvor åbningen mod fremtiden langtfra er givet som en sikker og positiv oplevelse. Fra denne vinkel opstår håbet netop dér, hvor vi ikke helt er i stand til at forme helt konkrete ønsker og veje frem til dette, og hvor håbløsheden lurker som den uundgåelige dialektiske modpol, der også er med til at generere vores orienteringer i liv præget af tab, konflikter og kriser. Her synes det paradoksalt nok først at være, når håbet er ude, at håbet kan etablere sig; eller som J.R.R. Tolkien (1955/2004, p. 1148) skriver i *The Return of the King*: "Hope is oft born when all is forlorn."

Fra denne vinkel handler håb om det, som fænomenologen Gabriel Marcel beskriver som en følelse af at være "fanget" af situationen på en måde, der afkræver håb for at fortsætte (Treanor & Sweetman, 2021; se også Graven et al. i dette nummer). Marcel placerer i det hele taget dette som en ontologisk tilstand for verden, der må betragtes som ødelagt og ufærdig, men dermed også i besiddelse af et iboende potentiale i en ikke-determineret fremtid. Håbet opstår her som et uforudsigeligt element, en åbenhed for det, som skal komme, og for Marcel er dette nærmest en åbenhed mod en form for frelse. Ifølge ham er essensen af håb ikke "at håbe, *at*" noget bestemt vil ske, men snarere blot at håbe som en eksistentiel tilstedeværelse i verdens ufærdige og ødelagte tilstand. Han kalder det også en *aktiv* tålmodighed, som adskiller sig fra blot at acceptere det, som kommer (Treanor & Sweetman, 2021). Manglen på forudsigelighed spiller sammen med manglen på kontrol, og det udgør en afgørende forskel fra Marcells fænomenologiske håb og det positive håb, som Snyder beskriver.

2. Er håbet kritisk, eller skal vi være kritiske over for det?

I dette nummer trækker flere af forfatterne også på den marxistiske håbsteoretiker Ernst Bloch, som ligeledes anskuer håb som noget, der kan fostre en transformation af tingenes tilstand givet i deres ikke-determinerede væren, men for Bloch må dette arbejde mest af alt være et *kritisk* arbejde. Igen starter vi fra fortvivlelsen og fra anerkendelsen af, at tingene ikke er, hvad de kunne have været, og derved en hunger efter et "andet" og bedre. Håbet, som

det formuleres her, anviser således, at der er en vej videre til noget andet end vores aktuelle livsbetingelser, og at det er i sprækkerne af disse, at vi må kæmpe for transformationen. Deri ligger der altså i håbet en kritisk dimension, der søger at *skabe* ændringer i langt højere grad end det tålmodige håb, vi så hos Marcel. Dette får ham til at være særlig optaget af, hvordan vi kan finde, genkende og udforske fremtiden allerede i nutiden – noget, han kalder “konkret utopi” (se Sander et al. i dette nummer for et bud på dette). Derfor skal håbet for Bloch også altid forholde sig til det, som er lige nu, frem for blot at være ønsketænkning og ren fantasi, hvilket han kritiserer nogen marxister og andre utopiske tænkere for at udøve (Boldyrev, 2025). I dette nummer har der samlet sig en række vigtige bud på, hvordan et sådant arbejde kan udfolde sig på tværs af forskellige kontekster og arenaer, hvor psykologien på forskellige måder opererer.

I vores indkaldelse til nummeret inviterede vi dog også forfattere til at være kritisk over for selve håbet. Slavoj Žižek (2018) har tilvejebragt en passende provokerende rammesætning: Kan det lys for enden af tunnelen, som vi vender os mod, ikke lige så godt være et tog på vej imod os? Pointen er ikke, at håb altid er vildledende, men at det aldrig er uskyldigt. Håb opstår ikke i et tomrum; det formes af sociale, politiske og kulturelle sammenhænge, vi indgår i. Derfor kan håb også binde os til de forhold, som producerer vores lidelse, ligesom det kan åbne muligheder for forandring. Igen refererer håbet her til en ikke-determineret verden, men hvor dette kan vække en hurtig optimisme om, at ting kan blive bedre, advarer Žižek om, at det lige så vel kan ende i rædsel og undergang. Intet er sikkert, og det er i denne kontingens, at vi igen finder håbet som i sig selv konfliktfyldt og usikkert, men ikke desto mindre muligt.

For Žižek må spørgsmålet derfor ikke alene være, *om* vi håber, men også, *hvad* vi håber på, og hvorfor netop dette fremstår som håbefuldt. Vores håb eksisterer altid i en social verden af ideologier, magtrelationer og tætte væv af institutioner og gennem vores egne fantasier og forestillinger, som vi ikke altid har et klart greb om. Mennesket er med andre ord ikke transparent for sig selv: Vi ved ikke altid, hvorfor vi orienterer os mod bestemte fremtider frem for andre. Netop derfor må håbet i sig selv også være genstand for vores kritik, for det kan både agere drivkraft for nødvendig emancipation og bedring, men det kan også være en bedøvende instans, der fastholder os i forestillinger og logikker, der forhindrer os i at konfrontere de konflikter og modsætninger, som præger vores samtid. Samtidig kan vi også spørge, med inspiration fra Otto (i dette nummer), hvilken sadist der spørger en forælder, der netop har mistet et barn, om deres nye spirende håb måske er et tog, der ramler imod dem. Hvem siger, at toget ikke er at foretrække?

Med denne åbning af håb kan vi måske med inspiration fra Žižek sige, at håbet aldrig må forstås som “uskyldigt”, men altid indlejret i magt, ideologi og/eller det ubevidstes kvaler. Verden vil altid forblive ødelagt, og i denne fortvivlende indsigt lever håbet. Du kommer dig aldrig, men fortsætter

alligevel. Vi kan sige “ja” til Žižek, men derefter sige, at vi *ikke ved*, om det er et tog eller solskin, som er forude. Håb kræver det ukendte og kan derfor ikke styres (Frydenlund, 2025; se også Jacobsen i dette nummer). Det er alle disse spændinger og vanskeligheder, som dette nummer af Psyke & Logos behandler.

3. Temanummerets artikler

Nummeret åbner med en teoretisk artikel, hvori Bjarne Jacobsen udpeger håbets eksistentielle forudsætninger: bevidsthed, frihed, tid og fortvivelse. Håbet bliver mulig, idet bevidstheden bliver i stand til at tage sig selv som objekt og skaber på den måde også en afstand mellem det, som er, og spejlingen af denne i bevidstheden. Ikke blot det, som er, *er*; og heri består håbets mulighed. Friheden består i, at vi ikke blot er det, som er, tidsligheden er det, håbet kan rette sig mod, og fortvivelse opstår under disse forhold. Det er i fortvivelsen, at håbet bevæger sig som et element. Jacobsen indleder herfra håbet i fire kategorier, hvor det særligt er det eksistentielle håb, der uddybes i teksten. Dette består i, at vores fuldkommenhed ikke ligger inden for vores eget råderum, og der bliver håbet “muligt hos det frie, selvbevidste individ, som, berørt af fortvivelsen, øjner noget på den anden side af det aktuelle nu, som kan gøre det ud for noget håbefuldt”. Teksten afslutter med en diskussion af, hvordan dette kan have betydning i terapi.

Herfra tager nummerets anden artikel os videre ind i det teoretiske terræn, hvor Vibeke Graven, Maria Mieskiewicz Larsen, Carl Tollef Solberg og Merete Tonnesen ønsker at udvide repertoire for håb angående forskning i alvorlig sygdom. Først argumenterer de for, at Snyder synes at studere mestringsstrategier frem for håb, mens Kierkegaards fokus på fortvivelsen er bedre egnet for undersøgelsen af alvorlig sygdom. Dernæst med udgangspunkt i Løgstrup og Marcel argumenteres der for, at oplevelsen af håb også kan findes som en sanselig *forbundethed* med verden. Derefter fokuseres der med inspiration fra Mattingly på, at håb også er en social praksis: Det kræver hårdt arbejde og foregår altid i samfundsmæssige kontekster. Dette tages så op gennem Bloch, hvor håb indeholder muligheden for samtidskritik eller omvendt: at samtidskritik kan åbne for mere håbefulde praksisser omkring alvorlig sygdom. Til sidst argumenteres der for, at empirisk forskning bør tage højde for følgende: Håb kan ikke stå alene, men kræver støtte, undersøgelse, menneskers tro og opmærksomhed på håbets ændring efter omstændighederne.

Fra en teoretisk undersøgelse af alvorlig sygdom bevæger vi os gennem den tredje artikel, skrevet af Merete Tonnesen, Maria Mieskiewicz Larsen og Vibeke Graven, over i en empirisk undersøgelse af rehabilitering efter alvorlig sygdom. Formålet er at “unmute” håbet inden for rehabilitering. Dette gør de ved at spørge, hvordan håb forstås, praktiseres og erfares på et

rehabiliteringscenter for personer med hjerneskade, hvor de har udført et etnografisk studie. Her har håb “en tyngde”, hvor det ikke nødvendigvis er rettet mod noget bestemt, men blot mod selve det at være til. Håbet var ofte tavst og kropsligt forankret – en hånd på hjertet, når de talte om det. Håbet var dynamisk og omskifteligt, karakteriseret som en kraft, der bevæger personer, og forbundet med en sårbarhed, der er svær at balancere med realisme. Det har også en forbindende kraft, der forbinder dig til fortid, fremtid og nutid, men også folk og det, som er større end dig selv. Forfatterne afslutter med argumentet, at øget synlighed og italesættelse af håb og håbløshed i rehabilitering ville styrke det professionelle arbejde, så længe det også huskes, at håb ikke kan påtvinges. Dette kræver tid, tillid og tilstedeværelse.

Den fjerde artikel i nummeret bringer os fra rehabilitering og videre til pårørende. I dette intime analytiske essay fører Maria Stiholt Otte os nænsomt helt tæt på håbets skrøbelige og vævende tilblivelse hos de nærmeste pårørende til forældre, der har mistet deres barn. Med inspiration fra Marcel argumenterer Otto for, at håb kan spores i de former for medværen og omsorg, der gør det muligt at bære det ubærlige sammen. Dette stiller dog også personer i eksistentielle dilemmaer, fortvivlelse og øjeblikke af håbløshed, hvor livets gang ikke synes muligt at få tilbage på tidens spor. Gennem “Collective Memory Work” med de pårørende formes der i fællesskab beskrivelser af og refleksioner over de omsorgspraksisser, følelser og handlinger, som de pårørende vaklende må begive sig ud i, når de forsøger at finde en farbar vej. Håbet bliver her noget, der langsomt og usikkert kan udfolde sig i det, Stenner betegner som liminale og usikre rum, hvor livet endnu ikke har fundet mening inden for de vante koordinater, men hvor konturerne af en mulig fremtid alligevel kan anes. Artiklen bidrager til dette nummer med et perspektiv på håb, der ikke hviler på udsigten til at overvinde tab, men på muligheden for at leve med det. Artiklen tager den poetiske og sensitive formidling seriøst som en nødvendig fremstillingsform til at nærme sig håbets vævende tilblivelse i den fortvivlelse, der ofte betragtes som dets modsætning.

I den femte artikel, skrevet af Marie-Louis Bjørn og medforskeren S, får vi et privilegeret indblik i et menneskes livsomstændigheder og orienteringer mod (og væk fra) håb under ekstreme institutionelle betingelser. Artiklen følger medforskeren S gennem dele af afsoningen af en 15-årig dom for narkriminalitet og vold, hvor løbende korrespondance mellem S og Bjørn samt sagsakter, patientjournaler og dagbogsnotater anvendes til at sammenstykke refleksioner om håbets relationelle karakter og dets knægtelse i mødet med isolation og svigt i fængselsvæsnet og retspsykiatriens forskellige totalinstitutionelle rum. Med baggrund i fænomenologiske og eksistentialistiske perspektiver koblet til historisk og aktuel fængselsforskning reflekterer artiklen over menneskers vilkår for at leve og håbe inden for “fængslets moralske landskab”. Dette landskab skildres som gennemsyret af

meningsløshed og voldelige praksisser, der umuliggør varige og omsorgsfulde relationer, der potentielt kunne have ført indsatte i bedring.

Fra en kritik af et fængsels institutionelle forhold bevæger vi os i nummerets sjette artikel over i en kritik af psykologisk praksis i Grønland. Med afsæt i Grønlands kolonihistorie analyserer Frida Ramsing, Sara Lennert Jensen og Niklas Runge, hvordan dele af psykologien har indgået i kolonialistiske magtforhold og strukturer, der fortsat præger det grønlandske samfund i dag. Med håb og håbløshed som kritiske indgangsvinkler til at begribe den undertrykkelse og vold, der er blevet begået, peges der på, at der historisk og til stadighed anvendes psykologiske teorier, metoder og interventioner, som ofte udelukkende bygger på vestlige normer og forståelser, mens den grønlandske kulturelle kontekst udgrænses. Gennem praksisnære vignetter, der trækker på forfatterens erfaringer med psykologisk praksis, afdækkes de fortsat virkende kolonialistiske logikker, samtidig med at der spores glimt af håb i det kritiske arbejde med disse i samtiden. Her udfoldes håb ikke som en optimisme, men som de konkrete brud, der kan åbne for transformationer af den psykologiske praksis i et opgør med de samfundsmæssige forhold, der er blevet taget for givet.

Den syvende artikel er en teoretisk og metodisk udbygning af en "kritisk håbsmetodologi", skrevet af Oliver Sander, Gustav Egede, Athanasios Marvakis, Morten Nissen, Andreas Marstrand, Emil From og Torben Bechmann Jensen. Denne skal danne ramme for en kollektiv opdyrkelse af agens i arbejdet med håb, her forstået som en kritisk omformning af utilfredsstillende livsomstændigheder. Artiklen tager her afsæt i praksisforskning inden for det kommunale behandlingstilbud for rusmiddelproblematikker og undersøger, hvordan håb kan skabes, afprøves og udvikles kollektivt i praksis gennem forskernes, medforskernes og praktikernes samarbejde. Gennem en samlæsning af Bloch og kritisk psykologi rettes et blik mod, hvordan subjektets konkrete mulighedsrum kan transformeres i arbejdet med konkrete utopier og anticipatorisk bevidsthed. Håbet er her ikke en optimistisk forestilling om en bedre fremtid, du selv kan formulere, men en kritisk orientering mod det utilstrækkelige i den eksisterende verden. Artiklen illustrerer således, hvordan håb kan fungere som både metodisk greb, et teoretisk ståsted inden for kritisk psykologi og som en kollektiv praksis til udviklingen af handlemuligheder under prøvende livsbetingelser. Artiklen er et bud på, hvordan Blochs idé om verdens "endnu-ikke" kan omsættes til opbyggelig psykologisk forskning og praksis i en samtid, hvor håbet netop udfordres af afmagt og dystopi.

Ottende artikel, af Tem Frank Andersen, Thessa Lindof og Peter Vistisen, vender blikket væk fra håb og fortvivelse, som ellers har kendetegnet nummeret indtil nu, og retter et mangefacetteret blik mod populærkulturens forestillingsverden. Forfatterne spørger, hvor håbet egentlig befinder sig i samtidens superheltefortællinger. Gennem talrige både historiske og nutidige nedslag i superhelteuniverset søges der centrale temaer, spændinger,

dilemmaer og narrativer, der gør os i stand til at tage temperaturen på samtidens skildring af håb, dets ophav og dets kulturelle forbindelser. Med nærmere afsæt i analyser af *Superman* og *The Fantastic Four* indkredses en forståelse af samtidens håb som viklet ind i komplekse globale forhold, risikosamfundets usikkerheder og den altomfavnende reproduktion af kapitalismen, hvor end ikke superhelten kan agere med den samme omnipotens som tidligere, når selv overvindelsen af “det onde” implicerer nye dilemmaer. For hvad vinder vi egentlig ved opretholdelsen af status quo, når status quo i stigende grad manifesterer sig som vejen til vores undergang?

Fra kommerciel superheltekunst bevæger den niende og sidste temaartikel sig over i installationskunsten. Her undersøger Sara Klingenberg og Josephine Lüdtke Zethsen oplevelsen af kunststykket *ALL RISE* af Eliyah Mesayer som en empirisk indgang til Blochs begreb om “konkret utopi”. Stykket kan forstås som en konkret kritik af nationalstaten og forestiller sig en stat for de statsløse – “Illiyen”. Det empiriske arbejde består af fem dages tilstedeværelse ved kunstudstillingen, hvor de har talt med folk og lavet fem dybdegående interviews, som analyseres ud fra en kritisk fænomenologi med inspiration fra affektteori og dekoloniserende perspektiver. De finder fire temaer, men særligt gennemgående er det, at oplevelsen indeholder en dobbelthed: Den er fremmed og velkendt; den er trist, men håbefuld; uhyggelig, men smuk. Afslutningsvis diskuteres det, hvordan forestillingen, særligt for hvide danskere, giver et indblik i noget, de ikke kan tage del i; men at den fysiske installation gjorde det muligt at frigøre fantasien, sådan at utopien blev mere håndgribelig.

Uden for tema

I nummerets sidste artikel undersøger Helena Due Eriksen, Charlotte Sandvej, Fredrikke Christie Knudtzen, Helle Marie Christensen og Anita Nymark folks erfaringer med neuropsykologisk undersøgelse (NPU) i forbindelse med lyme neuroborreliose – en alvorlig version af den flåtoverførte lyme borreliose-infektion. De påpeger, at tidligere forskning i høj grad har overset førstehåndsperspektivet og folks hverdagsliv, og at det særlig er dette, som bliver fremhævet i deres fokusgruppeinterview med en gruppe, som har været i NPU for deres senfølger. Forfatterne argumenterer for, at senfølgerne, som har vist sig svære at forstå i forskning, måske kan forstås bedre, hvis der tages mere højde for det øvrige liv. Herfra følger det også, at senfølgerne efter lyme neuroborreliose måske bedre kan behandles, hvis dette perspektiv, og de pårørende, som er en del af dette liv, i større grad tages i betragtning under behandling. Dette bør der derfor forskes mere i ifølge forfatterne.

Rigtig god fornøjelse.

REFERENCER

- Boldyrev, I. (2025). Ernst Bloch. I: E. N. Zalka (red.). *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*. <https://plato.stanford.edu/archives/fall2025/entries/bloch/>
- Frydenlund, J. H. (2025). Det potensielle regime: Mot en forebyggelseslogikk med måtehold. I: A. J. W. Andersen, & S. H. Haugland (red.). *Perspektiver på psykososial helse*. Fagbokforlaget. <https://doi.org/10.55669/oa550207>
- Gallagher, M. W. (2023). The scientific status of hope [Editorial]. *Current Opinion in Psychology*, 53, Artikel 101684. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2023.101684>
- Graven, V., & Brødsløv Olsen, J. (2018). *Hvor der er håb: fra teori til sundhedsfaglig praksis*. Samfundslitteratur.
- Niss, N. K., Ellegard, C. E., Hansen, N. S., Popp, S. N., & Westerdahl, L. (2021). *Betydningen af håb for udsatte for mobning, ensomhed eller partnervold*. Mary Fonden. Oxford Research.
- Sköld, A. (2022). Vi er det liv, vi ikke lever: Et håbefuldt udkast til dagdrømmens psykologi. *Psyke & Logos*, 43(1), 87-109. <https://doi.org/10.7146/pl.v43i1.133888>
- Sköld, A., & Lundsgaard-Leth, K. (red.) (2025). *Det håbende dyr*. Klim.
- Snyder, C. R. (red.). (2000). *Handbook of hope: Theory, measures, and applications*. Academic Press.
- Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249-275. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1304_01
- Taylor, C. A., Osgood, J., Bozalek, V., Geerts, E., Zhao, W., & Andersen, C. E. (2024). Feminism (s) and the 'posts': towards new educational imaginaries and hope-full renewals. *Gender and Education*, 36(8), 819-829. <https://doi.org/10.1080/09540253.2024.2430190>
- Tolkien, J. R. R. (1955/2004). *The Lord of the Rings*. HarperCollinsPublishers.
- Treanor, B., & Sweetman, B. (2021). Gabriel (-Honoré) Marcel. I: E. N. Zalka (red.). *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*. <https://plato.stanford.edu/archives/sum2021/entries/marcel/>
- Winther-Lindqvist, D. A. (2017). Hope as fantasy: an existential phenomenology of hoping in light of parental illness. I: B. Wagoner, S. H. Awad, & I. Bresco de Luna (red.). *The psychology of imagination: History, theory and new research horizons* (s. 151-173). Information Age Publishing. <https://doi.org/10.1108/978-1-68123-711-420251012>
- Žižek, S. (2018). *The courage of hopelessness: Chronicles of a year of acting dangerously*. Penguin.